

Barrierelista – Ingen grenser-tur

Dette er en liste med ulike barrierer du kan dele ut til deltakerne på turen. Dere må ikke følge listen, og det er mulig å finne på deres egne barrierer til aktiviteten.

TIPS: Det er ikke meningen å gi deltakerne dobbelt opp med barrierer. Hvis det er noen i speidergruppa som allerede møter på flere barrierer, for eksempel gjennom å ha en funksjonsnedsettelse eller en kronisk sykdom, må de få være med å bestemme om de vil ha en barriere og hvordan aktiviteten skal løses.

Eksempel på barrierer:

- Du må bære en veldig tung sekk.
- Du må ha bind for øynene sånn at du ikke kan se.
- Du må puste gjennom et sugerør.
- Du kan bare bruke venstre arm eller bare høyre arm hvis du er venstrehendt.
- Det ene beinet ditt er spjelket sånn at du ikke kan bøye kneet.
- Du må ha hørselsvern og øreplugger sånn at du ikke eller nesten ikke kan høre.
- Du kan ikke prate med stemmen og ord, og må kommunisere på andre måter.
- Du må gå baklengs.

Utstysliste

- vedkubber eller noe annet tungt å fylle en tursekk med
- tøy, skjerf eller pannebånd å ta foran øynene
- sugerør
- pinner eller planker til å spjelke en fot
- øreplugger og/eller hørselsvern